

セントラルフィットネスクラブ太秦 - 2025年04月 -

7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)は休館日です。

都合により、プログラム、インストラクターが変更になる場合があります。

また、掲載されていない施設のスケジュールにつきましては直接クラブまでお問合せ下さい。

[スクール]:スクール制(別途入会手続き、会費が必要です) [セッション]:別途参加費が必要です [定員]:定員制です [予約]:予約が必要です [整理券]:整理券が必要です

< スタジオ >

| 曜日 | 月 | | 火 | | 曜日 | 水 | | 木 | | 金 | | 曜日 | 土 | | 日 | | 曜日 | |
|-------|-----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|--|-------|--------------------------------------|---|-----------------------------------|-----------------------------------|--|-----------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|--------------------------------|---------------------|-------|-------|
| | 4Fメインスタジオ | 3Fサブスタジオ | 4Fメインスタジオ | 3Fサブスタジオ | | 4Fメインスタジオ | 3Fサブスタジオ | 4Fメインスタジオ | 3Fサブスタジオ | 4Fメインスタジオ | 3Fサブスタジオ | | 4Fメインスタジオ | 3Fサブスタジオ | 4Fメインスタジオ | 3Fサブスタジオ | | |
| 09:00 | | | | 09:20(5分)みんなで体操・スタッフ | 09:00 | | | | 09:20(5分)みんなで体操・スタッフ | | | 09:00 | 09:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール] | | | | 09:00 | |
| 09:30 | | | | 09:30(10分)ジムスモ/コアボールエク ササイズ・朝練 | 09:30 | | 09:30(10分)CSLive/ビューティプロ ジェクト/SENKAI[予約] | | 09:30(10分)ジムスモ/コアボールエク ササイズ・朝練 | | 09:30(10分)ジムスモ/コアボールエク ササイズ・朝練 | 09:30 | | | | | 09:30 | |
| 10:00 | | | 10:10(40分)ZUMBA(R)・和 田[予約] | 10:10(30分)CSLive/X-CORE F15 FITNESS[予約] | 10:00 | | | | 10:00(40分)CSLive/Lati L ati | 10:00(40分)コンピネーション ステップ・中西[予約] | 10:00(40分)フィヨルガ・林 [予約] | 10:00 | 10:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール] | | | | 10:00 | |
| 10:30 | | | | | 10:30 | | 10:30(40分)CSLive/スム ース&ヒーリング[予約] | | 10:20(30分)リンパフロー・松 澤[予約] | | | 10:30 | | 10:30(30分)CSLive/フラエ クササイズ[予約] | | 10:30(40分)ヨガ・石塚[予約] | | 10:30 |
| 11:00 | | | 11:20(30分)STEP jam-松 澤[予約] | 11:00(40分)CSLive/カラダ デトックス[予約] | 11:00 | | | | 11:10(40分)ファイトアタック 松澤[予約] | 11:00(40分)CSLive/ピラテ ス[予約] | 11:00(40分)オリジナルエア ロ・中西[予約] | 11:00 | 11:20(30分)シェイプパン プ0・鈴木[予約] | | | | 11:00 | |
| 11:30 | | | | | 11:30 | 11:30(40分)ZUMBA(R)・中 村[予約] | 11:30(40分)フィヨルガ・富 井[予約] | | | | | | 11:30 | | | | | 11:30 |
| 12:00 | | | 12:10(30分)Fit Fun・井上 [予約] | | 12:00 | | | | | | 12:00(40分)シェイプパン プ鈴木[予約] | 12:00 | | | | | | 12:00 |
| 12:30 | | | | 12:20(30分)ファンクショナルコン ディショニング(朝練)[予約] | 12:30 | 12:30(40分)コンピネーション エアロ・中村[予約] | 12:30(40分)ホディコアパ ランス・山口[予約] | | 12:20(40分)コンピネーション ステップ・廣岡[予約] | 12:20(40分)ファンクショナル コンディショニング・松澤[予 約] | | 12:30 | | | | | | 12:30 |
| 13:00 | | | 13:00(40分)ファイトアタック 鈴木[予約] | 13:10(30分)ストレッチ・井上 [予約] | 13:00 | | | | | | 13:10(40分)フィヨルガ・山 口・富井[予約] | 13:00 | 13:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール] | 13:00(60分)キッズダンススク ール(児童)[スクール] | | | | 13:00 |
| 13:30 | | | | | 13:30 | 13:30(40分)ファンクショナルレー クニング(朝練)[予約] | | | 13:20(40分)オリジナルエア ロ・廣岡[予約] | | 13:40(60分)卓球スクール(ス クール) | 13:30 | | | | | | 13:30 |
| 14:00 | | | | 14:00(40分)卓球(フリー)[予 約] | 14:00 | | 14:00(40分)卓球(フリー)[予 約] | | | | | 14:00 | 14:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール] | | | | | 14:00 |
| 14:30 | | | | | 14:30 | | | | | | | 14:30 | | | | | | 14:30 |
| 15:00 | 15:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール] | | | 15:00(40分)卓球(フリー)[予 約] | 15:00 | 15:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール] | 15:00(40分)卓球(フリー)[予 約] | 15:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール] | 15:00(40分)卓球(フリー)[予 約] | 15:00(40分)卓球(フリー)[予 約] | 15:00(40分)卓球(フリー)[予 約] | 15:00 | 15:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール] | | | | | 15:00 |
| 15:30 | | | | | 15:30 | | | | | | | 15:30 | | | | | | 15:30 |
| 16:00 | 16:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール] | | 16:00(45分)ジュニアダンス スクール[スクール] | 16:00(40分)卓球(フリー)[予 約] | 16:00 | 16:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール] | 16:00(60分)キッズダンススク ール[スクール] | 16:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール] | 16:00(40分)卓球(フリー)[予 約] | 16:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール] | 16:00(60分)キッズダンススク ール[スクール] | 16:00 | 16:00(60分)キッズ体育スク ール[スクール] | 16:10(40分)CSLive/パワ ーヨガ[予約] | | | | 16:00 |
| 16:30 | | 16:30(60分)キッズチアダンス スクール[スクール] | | | 16:30 | | | | | | | 16:30 | | | | | | 16:30 |
| 17:00 | 17:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール] | | 17:00(60分)ジュニアダンス スクール[スクール] | | 17:00 | 17:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール] | 17:00(60分)キッズダンススク ール[スクール] | 17:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール] | 17:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール] | 17:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール] | 17:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール] | 17:00 | 17:10(90分)キッズバレエスク ール[スクール] | | | | | 17:00 |
| 17:30 | | 17:30(60分)キッズチアダンス スクール[スクール] | | | 17:30 | | | | | | | 17:30 | | | | | | 17:30 |
| 18:00 | | | | | 18:00 | | 18:00(60分)キッズダンス スクール[スクール] | | | | | 18:00 | | 18:00(60分)キッズダンススク ール[スクール] | | | | 18:00 |
| 18:30 | | | | | 18:30 | | | | 18:30(60分)ジュニアダンス スクール[スクール] | | | 18:30 | | | | | | 18:30 |
| 19:00 | | | 19:10(40分)ホディコアスト レッチ・風車[予約] | 19:10(40分)CSLive/Lati L ati[予約] | 19:00 | | | | | | | 19:00 | | | | | | 19:00 |
| 19:30 | | | | | 19:30 | 19:20(40分)コンピネーション エアロ・太田[予約] | 19:20(40分)CSLive/ピラテ ス[予約] | | | 19:15(40分)HOTヨガ・小原 [予約] | 19:20(40分)オリジナルエア ロ・太田[予約] | 19:20(40分)ホディコアパ ランス・山口[予約] | 19:30 | 19:15(40分)ファイトアタックB EAT・松澤[予約] | 19:15(30分)CSLive/HOT ヨガ[予約] | | | 19:30 |
| 20:00 | | | 20:10(40分)シェイプパン プ明珍[予約] | 20:10(40分)CSLive/ヨガ[予 約] | 20:00 | | | | | | | 20:00 | | | | | | 20:00 |
| 20:30 | | | | | 20:30 | 20:20(40分)ZUMBA(R)・太 田[予約] | 20:20(40分)CSLive/ファイト アタックPRO[予約] | 20:20(30分)シェイプパンP OWER・鈴木[予約] | 20:20(40分)ZUMBA(R)・小 原[予約] | 20:20(40分)ZUMBA(R)・小 原[予約] | 20:20(40分)ZUMBA(R)・梶 井上[予約] | 20:15(40分)HOTフィヨルガ [予約] | 20:30 | | | | | 20:30 |
| 21:00 | | | | 21:00(10分)ジムスモ/お腹シェパ ース | 21:00 | | 21:05(10分)ジムスモ/お腹シェパ ース | 21:05(10分)ジムスモ/お腹シェパ ース | | | | 21:00 | | | | | | 21:00 |
| 21:30 | | | | | 21:30 | | | | | | | 21:30 | | | | | | 21:30 |